



## **Como diagnosticar seu local de trabalho quanto a sintomas de violência**

A Occupational Health and Safety Administration (OHSA) define a violência no local de trabalho como qualquer ato ou ameaça de violência física, assédio, intimidação ou outro comportamento perturbador e ameaçador que ocorra no local de trabalho.



O mundo moderno pode ser um lugar estressante.

Diversas situações e incidentes (alguns antigos, outros novos) podem causar ou exacerbar esse estresse.

Problemas de relacionamento... dívidas crescentes... horas de trabalho reduzidas... problemas de saúde... trauma causado pela perda... a tensão gerada pela interrupção da vida diária devido ao coronavírus.

Para alguns, essas tensões podem levar a um ponto de ruptura e, infelizmente, às vezes esse ponto de ruptura ocorre no local de trabalho.

Diferentes organizações podem ter definições diferentes, mas a Occupational Health and Safety Administration (OHSA) define a violência no local de trabalho como:

Qualquer ato ou ameaça de violência física, assédio, intimidação ou outro comportamento perturbador e ameaçador que ocorra no local de trabalho.

A Occupational Health and Safety Administration (OHSA) define a violência no local de trabalho como qualquer ato ou ameaça de violência física, assédio, intimidação ou outro comportamento perturbador e ameaçador que ocorra no local de trabalho.



### **De um modo geral, o escopo da violência no local de trabalho tende a abranger as seguintes ações:**

- Homicídio
- Uso de arma ou ameaça de fazê-lo
- Agressão
- Demonstrações de violência, seja física (arremessar móveis, dar socos em uma parede) ou vocal (gritos, berros, palavrões, vulgaridade)
- Ameaças de qualquer tipo, seja pessoalmente, por telefone, correio, e-mail ou mídia social
- Danos à propriedade
- Táticas de intimidação e medo
- Assédio



### **Essas são as formas pelas quais a violência no local de trabalho costuma se manifestar e tendem a ocorrer em um de quatro cenários:**

- Um cliente é violento com um funcionário
- Um funcionário é violento com um colega de trabalho
- Um amigo ou parceiro é violento com um funcionário (eles o confrontam no local de trabalho)
- Um estranho é violento com um funcionário

Nem todos os atos de violência no local de trabalho ocorrem à vista de todos, então como você pode verificar os sintomas de alguém sendo uma vítima?



### **Além dos sinais físicos óbvios (hematomas, cortes, inchaços etc.) que muitas vezes são atribuídos a “acidentes” ou “quedas”, existem outros sinais a serem observados:**

- Queda na qualidade do trabalho
- Claramente chateado após telefonemas pessoais
- Extremos de emoções e mudanças de humor
- Isolamento e retraimento
- Depressão
- Falta de foco
- Sair cedo, chegar tarde, absenteísmo

Como você pode verificar os sintomas de alguém ser um potencial perpetrador de violência em seu local de trabalho?



### **Sinais de alerta de que uma explosão violenta pode ser iminente às vezes podem ser prenunciados por:**

- Ameaças veladas ou abertas
- Rápido para oferecer críticas, excessivamente sensível ao recebê-las
- Alterações de humor
- Falta de foco
- Absenteísmo
- Queda na qualidade do trabalho e na produtividade
- Uma pessoa ostentando que possui várias armas
- Depressão
- Queda nos padrões de higiene pessoal e aparência



Em alguns casos, é realmente possível solicitar que uma análise de segurança do local de trabalho seja feita pela polícia ou pelo corpo de bombeiros e até mesmo pela OSHA. Isso pode não prevenir incidentes de violência, mas pode identificar maneiras de reagir e responder se um incidente ocorrer.

Onde quer que você trabalhe e qualquer que seja sua função (gerente, supervisor etc.) geralmente é possível estar ciente dos sintomas, avaliar o risco de violência em seu local de trabalho e tomar medidas para evitá-la ou reduzi-la.



Se você tem pensamentos de ferir a si mesmo ou outras pessoas ou conhece alguém que tenha esses pensamentos, procure ajuda imediatamente.

Se você ou alguém que você conhece estiver em perigo imediato, ligue para os **serviços locais de emergência** ou vá ao pronto-socorro mais próximo.

Para entrar em contato com um conselheiro treinado para crises, ligue para 988 Suicide & Crisis Lifeline (anteriormente conhecida como National Suicide Prevention Lifeline) pelo telefone **988** ou para **1-800-273-TALK** (1-800-273-8255) nos EUA ou para 188 Centro de Valorização da Vida (CVV) no Brasil.

Você também pode enviar uma mensagem de texto para **988** ou para o chat em **988.lifeline.org**. ou ligar para 188 Centro de Valorização da Vida (CVV) no Brasil. A Lifeline e o CVV fornecem apoio gratuito e confidencial 24 horas por dia, 7 dias por semana.\*



## Apoio crítico quando você precisa

Acesse [optumeap.com/criticalsupportcenter](https://optumeap.com/criticalsupportcenter) para recursos e informações adicionais de apoio crítico.



Se você tem pensamentos de ferir a si mesmo ou outras pessoas ou conhece alguém que tenha esses pensamentos, procure ajuda imediatamente. Se você ou alguém que você conhece estiver em perigo imediato, ligue para os serviços locais de emergência ou vá ao pronto-socorro mais próximo. Para entrar em contato com um conselheiro treinado para crises, ligue para 988 Suicide & Crisis Lifeline (anteriormente conhecida como National Suicide Prevention Lifeline) pelo telefone 988 ou para 1-800-273-TALK (1-800-273-8255) nos EUA ou para 188 Centro de Valorização da Vida (CVV) no Brasil. Você também pode enviar uma mensagem de texto para 988 ou para o chat em 988.lifeline.org. ou ligar para 188 Centro de Valorização da Vida (CVV) no Brasil. A Lifeline e o CVV fornecem apoio gratuito e confidencial 24 horas por dia, 7 dias por semana.\*

\*A Lifeline oferece serviços telefônicos ao vivo para centros de crise em inglês e espanhol e usa a Language Line Solutions para fornecer serviços de tradução em mais de 250 idiomas adicionais para pessoas que ligam para 988.

**Este programa não deve ser usado para necessidades de cuidados de emergência ou urgência. Em caso de emergência, ligue para os serviços de emergência ou vá ao pronto-socorro mais próximo.** Este programa não substitui o tratamento de um médico ou profissional de saúde. Consulte seu médico quanto a necessidades específicas de atendimento de saúde, tratamento ou medicamentos. Devido à possibilidade de haver conflito de interesses, não será fornecida consultoria jurídica em caso de problemas que possam envolver ações contra a Optum, suas afiliadas ou qualquer entidade por meio da qual o solicitante esteja recebendo estes serviços diretamente (por exemplo, o empregador ou plano de saúde). Este programa e seus componentes podem não estar disponíveis em todos os estados ou para todos os tamanhos de grupo e está sujeito a alterações. Podem ser aplicadas exclusões e limitações da cobertura.

Optum® é uma marca registrada da Optum, Inc. nos EUA e em outras jurisdições. Todas as outras marcas ou nomes de produtos são marcas comerciais ou registradas ou que pertencem a seus respectivos proprietários. A Optum é uma empresa que oferece oportunidades iguais para todos.

© 2023 Optum, Inc. Todos os direitos reservados. WF8463081 223388-092022 OHC